

# Humanities Research for Sustainable Future

5.

## HUMANITIES RESEARCH FOR SUSTAINABLE FUTURE

All'interno del catalogo di Morlacchi University Press è istituita la collana editoriale dal titolo *Humanities Research for Sustainable Future* i cui temi si correlano al vasto campo di ricerca delle scienze umane nel tentativo di connetterle alla trasversale questione della "sostenibilità" (sia in ambito sociale-umano, sia in quello tecnico-economico e scientifico). La ricerca si orienta ad un approfondimento critico tra metodologia e strategia, tra tradizione e costruzione del futuro con l'obiettivo di indagare la contemporanea relazione tra uomo e pianeta. La collana è caratterizzata dal processo di referaggio (peer-review) e sostenuta da un comitato scientifico composto da studiosi nazionali e internazionali, individuati dal gruppo di ricerca *Humanities Research for Sustainable Future*, afferente al Dipartimento di Filosofia, Scienze Sociali, Umane e della Formazione dell'Università degli Studi di Perugia. Ospita volumi in lingua italiana e nelle principali lingue europee, favorendo la tendenza degli studi psico-pedagogici e storico-culturali verso la dimensione comparativa e internazionale.

### *Co-direzione*

Fabio Marcelli; Annalisa Morganti

### *Comitato di Redazione*

Valeria Cesaroni; Francesco Marsili; Riccardo Sebastiani; Alberto Simonetti

### *Comitato Scientifico*

Alessia Bartolini – Università di Perugia; Silvia Crispoldi – Università di Perugia; Mina De Santis – Università di Perugia; Giovanna Farinelli – Università di Perugia; Fernando Lezcano-Barbero – Università di Burgos (Spagna); Alessandro Mariani – Università degli Studi di Firenze; David Mitchell – Università di Canterbury (Nuova Zelanda); Giuseppe Moscati – Fondazione Centro Studi Aldo Capitini, Biblioteca Fondazione Cucinelli; Sara Nosari – Università degli Studi di Torino; Marta Picchio – Università di Perugia; Robert Roche Olivar – Università Autonoma di Barcellona (Spagna); Agnese Rosati – Università di Perugia; Moira Sannipoli – Università di Perugia; Alessia Signorelli – Università di Perugia; Maura Striano – Università Federico II Napoli; Aurora Vecchini – Università di Perugia; Darija Zorc-Maver – Università di Lubiana (Slovenia)

*All publications are submitted to an external refereeing process*

Silvia Crispoldi

*Ascoltare l'emozione*  
*Percorsi narrativi e trasformativi*  
*per educare la consapevolezza emotiva*

*con contributi di:*

Daniel De Rosa, Simon Francesco Di Rupo, Alessandra Filippi,  
Giorgia Gaggiotti, Eva Lotz, Giacomo Moscato

Morlacchi Editore *U.P.*

ISBN/EAN: 978-88-9392-716-1

DOI: 10.61014/HRSF/vol5



The online digital edition is published in Open Access on [series.morlacchilibri.com](http://series.morlacchilibri.com)  
Content license: except where otherwise noted, the present work is released under Creative Commons Attribution 4.0 International license (CC BY 4.0: <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>). This license allows you to share any part of the work by any means and format, modify it for any purpose, including commercial, as long as appropriate credit is given to the author, any changes made to the work are indicated and a URL link is provided to the license.

© 2026 Author

Published by Morlacchi Editore

P.zza Morlacchi, 7/9, 06123 Perugia, Italy

[www.morlacchilibri.com](http://www.morlacchilibri.com)

Finito di stampare nel mese di giugno 2026, presso la tipografia Logo spa, Borgoricco (PD).

*A mio figlio Alessandro, costante meraviglia nel mio sentire*



# INDICE

<b>Introduzione</b> di Silvia Crispoldi	9
<b>I. Ascoltare l'emozione. Soft skills e embodied education</b>	13
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
A proposito di emozione...	15
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
Costruire ambienti di apprendimento generativi e capacitanti	39
<hr/>	
DANIEL DE ROSA	
Il corpo come fondamento dell'esperienza formativa	53
<b>2. Ascoltare l'emozione narrata.</b>	
<b>Letteratura e Narrazione Emozionale Immersiva</b>	67
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
Narrazione letteraria per educare l'umano	69
<hr/>	
GIACOMO MOSCATO	
La Narrazione Emozionale Immersiva	81
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI, GIACOMO MOSCATO	
Percorsi didattici, educativi e riflessivi con la Narrazione Emozionale Immersiva	99
<b>3. Ascoltare l'emozione per costruire consapevolezza emotiva</b>	117
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
Riconoscere, comprendere e regolare le emozioni	119
<hr/>	
GIORGIA GAGGIOTTI	
Quando l'emozione disorienta. Simulazione progettuale di un percorso di consulenza pedagogica	137
<hr/>	
ALESSANDRA FILIPPI	
A scuola di emozioni. Costruiamo la competenza emotiva in classe	155

<b>4. Ascoltare l'emozione per aiutare ad aiutarsi. Helping Professions e processi trasformativi</b>	177
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
La consulenza pedagogica: riflessione e empatia in azione per trasformare l'agire educativo	179
<hr/>	
SIMON FRANCESCO DI RUPO	
Empatia e comunicazione non-violenta come dimensioni filosofiche capacitanti nelle interazioni educative	197
<hr/>	
EVA LOTZ	
A chi racconto? Ascolto Profondo e gestione delle emozioni	217
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
Educare al piacere della lettura. L'emozione di immaginare e costruire mondi	225
<hr/>	
<b>5. Ascoltare l'emozione per formare/trasformare la professionalità educativa: una ricerca nella scuola</b>	241
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
Riflettere sulle competenze comunicative ed emotive attraverso la Narrazione Emozionale Immersiva per formare/trasformare il proprio stile relazionale	243
<hr/>	
SILVIA CRISPOLDI	
La ricerca	257

## Introduzione<sup>1</sup>

*Ascoltare* l'emozione, in questo libro, vuol dire scegliere modi creativi, curiosi, gentili, appassionanti, costruttivi e generativi per riflettere, conoscere e dialogare con la sfera affettiva – così importante in ogni esperienza di vita –, farne esperienza e dividerne la ricchezza; vuol dire anche *prestare attenzione e dare centralità*, soprattutto a livello educativo e formativo, alle competenze non cognitive e al processo attraverso il quale esse diventano scelta e azione concreta. *Ascoltare* l'emozione significa *imparare ad ascoltare*, dando valore a chi narra e allo scambio comunicativo stesso, che, in questo modo, si fa *relazione autentica e empatica*; significa lasciarsi trasportare dalle emozioni contenute nelle *storie e nei racconti*, viverne la potenza evocativa e simbolica per comprenderne il messaggio in modo più profondo e incarnato. *Ascoltare* l'emozione vuol dire ascoltare e osservare sé stessi, con impegno e, contemporaneamente, leggerezza, per costruire *consapevolezza emotiva* e scegliere di *abitare* le relazioni; vuol dire *aver cura*, di sé stessi e dell'altro, per accogliere, sostenere, accompagnare, trasformare. *Ascoltare* l'emozione significa *saper stare in relazione, esserci*.

La dicitura “*Ascoltare l'emozione*” in questo libro è, allora, un atteggiamento, un consiglio, una intenzione, un sostegno, un auspicio, uno strumento, una necessità... E può essere uno slogan, se consideriamo tutte queste cose insieme. Anzi, dovrebbe esserlo. Se ascoltare l'emozione diventasse *di moda*, avremmo probabilmente più chiari molti

---

1. Tutti i termini maschili non marcati presenti nell'intero volume sono da intendersi come riferiti sia a soggetti femminili che maschili, nel rispetto della connotazione di genere del linguaggio.

processi e dinamiche personali, sociali e relazionali, avremmo più consapevolezza di essi e, quindi, delle nostre azioni e reazioni, del nostro *stare al mondo*. Dei singoli, delle coppie, dei gruppi, delle comunità. Se ascoltare l'emozione, ogni emozione, non fosse solo l'oggetto di mantra olistici, di scelte terapeutiche di tipo psicologico per risolvere problemi comportamentali e/o sociali, ma fosse, invece, considerata *un'azione capacitante* assolutamente democratica e *naturale*, una risorsa, una consuetudine da promuovere, educare e implementare per la qualità della vita e per il benessere esistenziale di tutti e di ognuno; se fosse un diritto-dovere sociale, una *materia* scolastica, una competenza trasversale ritenuta imprescindibile e per questo promossa concretamente come prerequisito per l'azione socio-educativa, allora potremmo fare tesoro e raccogliere i frutti del ruolo essenziale dell'emozione per la nostra stessa esistenza, invece di subire le conseguenze, spesso devastanti, di un crescente analfabetismo emotivo che caratterizza la maggior parte dei contesti sociali.

Questo libro nasce da qui, nasce dalla constatazione, spesso dolorosa, del persistere di un forte bisogno – sociale, educativo, formativo e trasformativo – di consapevolezza emotiva, sia in età evolutiva che in età adulta. E nasce con l'intento di fornire strumenti concreti per riflettere e agire sul processo di acquisizione di tale consapevolezza emotiva, al fine di proporre e promuovere approcci e contesti realmente generativi, *capaci* di centrare l'attenzione sulla sfera emotiva a vari livelli e favorire l'azione e l'esperienza con e su di essa.

In questo senso, il volume è un viaggio dentro l'emozione, dentro i percorsi narrativi, educativi, riflessivi e trasformativi che ne favoriscono la percezione, la conoscenza, l'espressione; ed ha un obiettivo ambizioso: far sentire la *bellezza*<sup>2</sup> dell'emozione, il suo dare senso ad ogni experien-

---

2. Ci si riferisce all'idea di bellezza come forma che unisce il sensibile allo spirituale (G. Carchia, *L'estetica antica*, 1999), il bello al giusto e al vero, come esperienza di libertà e, quindi, esperienza etica. La bellezza commuove, va in profondità e le emozioni, in questo senso che unisce etica, estetica e empatia (dono, gratuità della bellezza e dell'emozione), sono belle perché agiscono come segnali per il nostro benessere e per la consapevolezza esistenziale di noi stessi e degli altri.

za, connotare percorsi e processi, essere presenza costante, costitutiva e significativa dell'esistenza, ineliminabile e necessaria.

Ecco, allora, la scelta dell'impianto stesso del libro: cinque parti principali, ognuna con approcci e teorie di riferimento, spunti e punti di vista, strumenti e metodi, esperienze e percorsi, tutti orientati ad *Ascoltare* l'emozione, con capitoli che vogliono essere chiavi di consapevolezza per stimolare il *sentire* insieme al *comprendere*, per educare l'*emozione* attraverso l'*emozione* di apprendere, per sostenere i processi di riconoscimento, comprensione e regolazione dell'emozione stessa in noi stessi e negli altri, per far riflettere, costruire, scegliere, incarnare, abitare, trasformare.

Il volume è rivolto a studenti, educatori, insegnanti, genitori e a tutti coloro che pensano che l'emozione sia una risorsa e scelgono di aver cura della propria e altrui sfera emotiva.